



स्थापना : 1959

पंजीकरण : 94/68-69

बहुर

समूह महिलाओं की मासिक पत्रिका

अंक - 79

अप्रैल 2018

वैशाख शुक्ल पूर्णिमा

विक्रम संवत् 2074

माटी की महक - 24

कल्पना चावला

भारतीय मूल की प्रथम महिला अंतरिक्ष यात्री

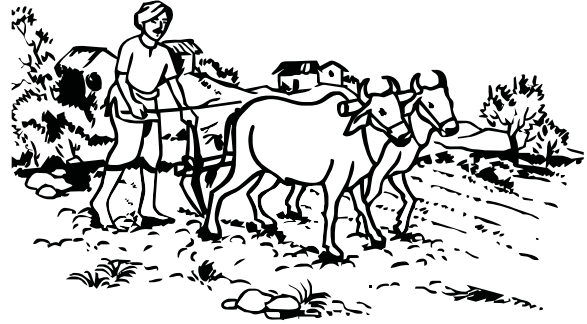


कल्पना चावला का जन्म 17 मार्च 1962 को करनाल में हुआ था। वे अपने चार भाई बहनों में सबसे छोटी थीं। उनके पिता बनारसी लाल चाहते थे कि कल्पना बड़ी होकर टीचर या डॉक्टर बने। लेकिन इंजीनियरिंग कर वह अंतरिक्ष यात्रा करना चाहती थीं। मां ने उनका साथ दिया और एयरोनाटिकल इंजीनियरिंग करने के लिए हामी भरी।

कल्पना के नाम पर कई पुरस्कार

1983 में कल्पना की मुलाकात एक उड़ान प्रशिक्षक और विमानन लेखक, जीन पियरे हैरीसन से हुई। दोनों ने 1990 में शादी कर ली। पंजाब इंजीनियरिंग कॉलेज, चंडीगढ़ से उन्होंने पढ़ाई की थी, जहां अब लड़कियों के छात्रावास का नाम उन्हीं के नाम पर है। यहां के एयरोनोटिकल विभाग के सर्वश्रेष्ठ छात्र को हर साल उनके नाम से पच्चीस हजार रुपए, मेडल और प्रमाणपत्र दिया जाता है। कर्नाटक सरकार ने 2011 में युवा महिला वैज्ञानिकों के कल्पना चावला पुरस्कार भी स्थापित किया है। नासा ने इनके नाम पर एक सुपर कंप्यूटर स्थापित किया है।

1 फरवरी 2003 में अंतरिक्ष में हुए हादसे में कल्पना की मौत हो गई थी। अंतरिक्ष से वापस लौटते वक्त उनके यान में खराबी आ गई थी। 16 दिन सभी यात्री मौत के साये में रहे। इसमें कोलंबिया स्पेस शटल की फ्लाइट इंजीनियर कल्पना चावला के पिता भी शामिल थे।



मई माह की कृषि क्रियाएं

- रबी फसल कटाई के बाद जिन खेतों में सिंचाई हेतु पानी नहीं है उन खेतों को मिट्टी पलटने वाले हल से ट्रेक्टर/बैलों द्वारा गहरी जुताई करें ताकि वर्षा जल-संग्रहण हो सके।
- जहाँ सिंचाई हेतु जल उपलब्ध है उन खेतों में अल्प/मध्यम अवधि में पकने वाली मक्का की बुवाई करें। भिण्डी, टमाटर, बैंगन, तरोई, लौकी, करेला, ग्वारफली की भी बुवाई की जा सकती है।
- जहाँ पर जायद मूंग बीज की बुवाई की गई है, उन खेतों में फूल आने की अवस्था पर सिंचाई अवश्य करें।
- कपास की फसल के लिये संकर - 6 / संकर -8 / बीकानेरी नरमा / संकर बी.टी. कपास किस्मों की बुवाई करें।
- गेहूँ भण्डारण से पूर्व अनाज भरने की कोठियों को 3 से 4 दिन तक धूप में तपा लेना चाहिये।
- देशी बेर की झाड़ियों पर बेर बडिंग कर कलमी बेर के पौधे तैयार करने हेतु झाड़ियों को जमीन से 1 से 2 फिट ऊँचाई पर छंगाई करें।
- फूलों की खेती के लिये हजारार/गेलार्डिया की नर्सरी तैयार करें।
- टमाटर, बैंगन एवं कद्दू वर्गीय सब्जी फसलों में फल मक्खी रोकथाम हेतु फूल आने से पहले डाईमिथोएट एवं फूल आने के बाद मेलाथियोएट 1 मि.ली. प्रति लीटर पानी में मिला कर छिड़काव करें।

इन्होंने किए अच्छे काम

● युवाओं की नशा-मुक्ति के लिए अनूठी पहल

खरसाण गांव में मेनारिया ब्राह्मण समाज के 30 युवाओं ने तम्बाकू, गुटखा, पान मसाला आदि नहीं खाने की शपथ ली। इसके साथ ही इन युवाओं ने करीब 4 हजार पोस्टर छपवाए। जिस पर 'माता' के नाम तम्बाकू, गुटखा मुक्त खरसाण लिखा हुआ है। युवा हनुमान मंदिर प्रांगण पर इकट्ठे होते हैं और नशा छोड़ने की शपथ दिलाते हैं। अभी तक करीब 150 लोगों का तम्बाकू सेवन बंद कर दिया है। गांव के बुजुर्ग व प्रभावी लोगों ने युवाओं की इस अनूठी पहल को सराहा है एवं अपना सहयोग भी दे रहे हैं।

● कुमकुम पत्रिका में दिया नशे से दूर रहने का संदेश

भीम क्षेत्र की मतदान के जरिए शराब मुक्त होने वाली ग्राम पंचायत मण्डावर में एक परिवार ने विवाह पत्रिका में नशे से दूर रहने का संदेश छपवाते हुए अनूठी पहल की है। इसी पंचायत की सरपंच प्यारी रावत के परिवार के पाचूसिंह ने अपने पौत्र व चंदनसिंह ने अपने पुत्र दिनेशसिंह की शादी के लिए जो कार्ड छपवाया, उसके लिफाफे पर अनुपम पहल करते हुए शराब निषेध गांव मंडावर' प्रकाशित करवाया है। इसके साथ 'नशे को ना और नशा मुक्त समाज-स्वस्थ समाज' का संदेश प्रकाशित करके पूरे समाज में एक नया संदेश देने की अनूठी पहल की है।

● शिक्षा का सम्पूर्ण खर्च वहन करने का जिम्मा उठाया -

झालरापाटन पंचायत समिति प्रधान भारती नागर ने जिला कलक्टर और पुलिस अधीक्षक की मौजूदगी में रा.उ.मा.वि. बिरियाखेड़ी में पढ़ने वाली अनुसूचित जाति एवं जनजाति की 42 छात्राओं को गोद लेकर उनकी शिक्षा का सम्पूर्ण खर्च वहन करने का जिम्मा उठाया।

● 1,86,000 रु. सड़क पर मिले, वापस लौटाए

डूंगरपुर के सरोदा निवासी किराणा व्यापारी आजाद पंड्या को हनुमान चौक पर प्लास्टिक की थैली दिखी। थैली उठाई तो उसमें रुपए थे। उसने अपने स्तर पर पता लगाने की कोशिश की। करीब दो घंटे बाद पत्थर व्यापारी भूपेश भट्ट बदहवास हालत में रुपए से भरी थैली के बारे में पूछताछ करते हुए पहुंचा। इस पर आजाद ने उससे नोटों की व कुल राशि के बारे में पूछा सही जानकारी मिलने पर आजाद ने यह राशि भूपेश को लौटाई। भूपेश ने आजाद का आभार व्यक्त किया।

● विवाह समारोह में रक्तदान अनूठी पहल -

उदयपुर शहर में अम्बामाता स्थित महावीर साधना एवं स्वाध्याय समिति में विकास औदिक्य के विवाह समारोह के दौरान 60 यूनिट रक्तदान किया गया, वहीं इतने ही लोगों ने नेत्रदान संकल्प पत्र भरकर प्रेरणादायी काम किया।

भारत का अभिमान - नारी

युगों युगों से नारी ने
अपना परचम लहराया है।
मुझ को अबला कहना छोड़ो
हरपल यह समझाया है।

वतन के खातिर मिटने वाली
नारी थी झांसी रानी।
अंग्रेजों पर टूट पड़ी जो
बनकर आफत तूफानी।

प्रतिमूर्ति बनी त्याग की
पन्नाधाय कहाई थी।
स्वामीभक्तवो बे-मिसाल
निज सुत की बलि चढ़ाई थी।

नेहा, सानिया और सुनीता
भारत का अभिमान बनीं।
मदर टेरेसा नारी थी
जो मानव सेवा कर संत बनी।

आशा, लता, सुरैया सुर की
मल्लिकाएं कहलातीं हैं।
हेमा और प्रियंका जैसी
अभिनय में छा जातीं हैं।

मौका मिले अगर नारी को
ये सब कर दिखलातीं हैं।
देखो इंदिरा, माया, वसुन्धरा
शासन खूब चलातीं हैं।

- कुसुम अग्रवाल

काम की बातें

- गर्मी में गन्ने का रस शीतलता देता है और रोगों से बचाता है। पेशाब में जलन और नाक में खून आने की तकलीफ में यह फायदा पहुंचाता है। लेकिन काफी समय तक रखा गन्ने का रस नहीं पीना चाहिए।
- शहद में मिलावट का पता लगाने के लिए रूई को शहद में डुबाएं व जलाकर देखें। अगर रूई पूरी तरह से जल जाए तो शहद शुद्ध है।
- थोड़ी सी हींग पानी में मिलाकर कुछ देर छोड़ दें। हींग में मिट्टी मिली होगी पेंदी में बैठ जाएगी।

बाखर बाड़ी

सामग्री : बेसन - एक कटोरी, गेंहू का आटा - 1/2 कटोरी, मोयन के लिए तेल - एक छोटा चम्मच, नमक - 1/2 छोटा चम्मच, तलने के लिए तेल।

भरावन के लिए : अदरक, लहसुन, हरी मिर्च का पेस्ट - एक बड़ा चम्मच, बारीक कटा हरा धनिया - 200 ग्राम, नारियल बुरादा - एक छोटा चम्मच, खसखस - एक छोटा चम्मच, पिंसी शक्कर - एक छोटा चम्मच, तिल्ली - एक छोटा चम्मच, नमक - 1/2 छोटा चम्मच, टार्टरी - एक चुटकी, लाल मिर्च पाउडर - 1/4 छोटा चम्मच, तेल - एक छोटा चम्मच।

विधि : बेसन, आटा, नमक, मोयन मिलाकर कड़ा गूथें। सूती गीले कपड़े से ढकें। नॉनस्टिक पैन में तेल गरम कर खसखस, तिल भूनें। हरा धनिया, नारियल बुरादा, नमक डालकर तेल आंच पर चलाते हुए भूनें। पानी पूरा सूखने पर शक्कर, टार्टरी, लाल मिर्च डालें। धीमी आंच पर भूनें। गैस बंद कर ठंडा होने दें। बेसन से एक बड़ी सी पतली रोटी बेलें। इस पर अदरक, लहसुन, हरी मिर्च का पेस्ट फैलाएं। इसके ऊपर धनिया का भरावन फैलाकर रोल करें। दोनों किनारे पानी से चिपकाएं। गरम तेल में आधा मिनट तेज आंच पर और फिर मंदी आंच पर सुनहरा होने तक तलें। चाकू से काट कर परोसें।

मठरी

सामग्री : मैदा - 250 ग्राम, अजवायन - 1/2 छोटा चम्मच, मोयन के लिए - एक छोटा चम्मच, नमक - 1/4 छोटा चम्मच, लने के लिए पर्याप्त मात्रा में तेल।

विधि : मैदा में मोयन, अजवायन और नमक डालकर कड़ा गूंध लें। अब चकले पर मोटी सी पूड़ी बनाकर मनचाहे आकार में मठरी काट लें। गरम तेल में मंदी आंच पर सुनहरा होने तक तलें। बटर पेपर पर निकालकर ठंडा होने पर जार में भरें।

मसाला मठरी

बेसन में नमक, मोयन, जीरा और मेथी डालकर गूथें और मैदे की लोई के ऊपर बेसन की लोई रखकर बेलें। रोल करके काटकर हथेली से दबाएं और गरम तेल में सुनहरा होने तक तलें। मठरी का आधुनिक स्वरूप तैयार हैं।

पिछला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

दिनांक 16 मार्च 2018 को महिला दिवस मनाया गया जिसमें नवाचार एवं वरिष्ठ महिला प्रकोष्ठ के साथ ग्रामीण महिला चेतना की कुछ सदस्याएँ भी कार्यक्रम में सम्मिलित हुईं। 30 मार्च को ग्रामीण महिला चेतना शिविर आयोजित नहीं हुआ।

हिचकी क्यों आती है ?

कई बार खाना खाते वक्त या जोर-जोर से हंसते वक्त हमें हिचकी आती है और जब आती है तो वह काफी परेशान कर देती है, लेकिन क्या आप जानते हैं कि हमें हिचकी क्यों आती है। इसका कारण होता है हमारी छाती और पेट के बीच में पाया जाने वाला एक डायफ्रॉम। डायफ्रॉम एक तरह की मांसपेशी होती है, जो छाती की नली को पेट की नली से अलग करती है। ये डायफ्रॉम सांस लेने की प्रक्रिया में अहम भूमिका निभाता है। फेफड़ों में हवा भरने के लिए डायफ्रॉम उत्तेजित होकर सिकुड़ जाता है और वापस अपनी पूर्ववत अवस्था में नहीं आ पाता। तब ऐसी स्थिति में फेफड़ों में आने वाली हवा रुक जाती है और सांस लेने में दिक्कत होती है। इस स्थिति में एक अजीब-सी आवाज निकलती है। इसी को आम बोलचाल की भाषा में हिचकी आना कहते हैं। ठंडा पानी पीने से हिचकी आनी बंद हो जाती है, क्योंकि ठंडे पानी से डायफ्रॉम में हुई उत्तेजना समाप्त हो जाती है।

आमतौर पर हवा डकार से बाहर आ जाती है, पर कभी-कभी यह खाने की तहों के बीच फंस जाती है। हिचकी इस हवा को बाहर निकालने का उपाय है। हिचकी रोकने के लिए कार्बनडाई ऑक्साइड की मात्रा बढ़ाना जरूरी होता है। थोड़ी सी शक्कर पानी के साथ लेने या थोड़ी देर सांस रोकने या ध्यान कहीं और लगाने पर भी हिचकी आनी बंद हो जाती है।

अगला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

30 मई 2018 बुधवार

प्रातः 10 बजे से

हर माह के तीसरे रविवार को विज्ञान समिति में निःशुल्क स्वास्थ्य एवं चिकित्सा शिविर

- ◆ कई डाक्टरों के परामर्श से सैंकड़ों लोग लाभ उठा रहे हैं, आप भी लाभ उठाएं।
- ◆ जरूरतमंदों को दवाइयां, नेत्र, दंत एवं अन्य शल्यक्रिया में सहयोग। ब्लडप्रेसर, न्यूरोपेथी एवं मधुमेह संबंधी रक्त-मूत्र की निःशुल्क जांच। विधवा एवं परित्यक्ता महिलाओं की निःशुल्क चिकित्सा सुविधा भी।
- ◆ ग्रामीण क्षेत्र से आए लोगों को प्राथमिकता मिलेगी।

शिविर का समय प्रातः 10 से 12 बजे

आगामी शिविर - 20 मई को

राजस्थान सरकार ने महिलाओं के हित में निम्न घोषणाएँ की

- महिला कर्मियों का मानदेय बढ़ाया - आंगनबाड़ी कार्यकर्ता को रु. 6000, मिनी आंगनबाड़ी कार्यकर्ता को रु. 4,500, सहायिका को रु. 3,500, साथिन को रु. 3,300 और आशा सहयोगिनी को रु. 2,500 प्रतिमाह मिलेंगे।
- बीमा योजना का अंशदान समाप्त- आंगनबाड़ी कार्यकर्ता व मानदेय कर्मियों द्वारा दिया जाने वाला अंशदान समाप्त कर बीमा योजना के प्रीमियम की शत-प्रतिशत राशि राज्य सरकार द्वारा वहन की जावेगी।
- 15 से 45 आयु वर्ग की ग्रामीण बालिकाओं एवं महिलाओं में सेनेटरी पैड का वितरण।
- बाल विकास परियोजनाओं एवं महिला कर्मचारियों के लिए अधिकतम 2 वर्ष के शिशु की देखभाल हेतु अवकाश मिलेगा।
- एक हजार नये माँ-बाड़ी केन्द्र गैस कनेक्शन सहित प्रारंभ करने की घोषणा - प्रतिवर्ष रु. 36 करोड़ से 30 हजार बच्चों को लाभ मिलेगा।
- सरकार पंजीकृत महिला दुग्ध समितियों को बल्क मिल्क कूलर (2000 लीटर के 750 व 1000 लीटर के 250) की खरीद पर 50 प्रतिशत अनुदान देगी।
- 24 राजकीय आईटीआई में महिला विंग की स्थापना होगी। जिससे 4 हजार महिलाओं को 12 व्यवसायों में तकनीकी प्रशिक्षण मिल सकेगा।

जीवन पच्चीसी के मुख्य संकल्प

1. सन्तान नहीं होने अथवा कन्याओं को ही जन्म देने पर महिला का तिरस्कार नहीं करेंगे।
2. महिला को डायन घोषित कर अत्याचार करने की अमानुषिक प्रवृत्ति को रोकेंगे।
3. विधवा का पारिवारिक एवं सामाजिक अपमान/बहिष्कार नहीं होने देंगे। विधवा पुनर्विवाह को प्रोत्साहित करेंगे।
4. कन्या भ्रूणहत्या जैसा जघन्य पाप नहीं करेंगे।
5. दहेज व दापा प्रथा के उन्मूलन के प्रयास करेंगे।

महिलाएं विज्ञान समिति से सहयोग के लिए संपर्क करें।

श्रीमती मंजुला शर्मा - 9414474021
श्री कैलाश वैष्णव - 9829278266

सौजन्य : श्रीमती विमला कोठारी - श्रीमती चन्द्रा भण्डारी

नुकीले पत्थर

एक आश्रम में बहुत से शिष्य पढ़ते थे। उनकी शिक्षा पूरी होने को थी तभी एक दिन गुरु जी ने उन्हें बाधा दौड़ में हिस्सा लेने को कहा। इस दौरान उन्हें कहीं कूदना था, कहीं पानी से गुजरना था और आखिर में उन्हें एक अंधेरी गुफा से गुजरना था। गुरु जी के इशारा करते ही दौड़ शुरू हुई। सभी शिष्य तमाम बाधाओं को पार करते हुए अंधेरी गुफा के पास पहुंचे। जैसे ही उन्होंने गुफा में पैर रखे तो उन्हें असहनीय पीड़ा का अनुभव हुआ। दरअसल गुफा में नुकीले पत्थर पड़े थे। जैसे-तैसे करके सभी शिष्यों ने दौड़ खत्म की और गुरु जी के समक्ष पहुंचे।

गुरु जी ने पूछा कि आप में से कुछ ने गुफा जल्दी पार कर ली, कुछ ने थोड़ा समय लिया। ऐसा क्यों? शिष्यों ने बताया कि कुछ शिष्य दूसरों को धक्का देकर आगे निकल रहे थे, कुछ संभल-संभलकर आगे बढ़ रहे थे, वहीं कुछ पत्थरों को उठाकर रखते हुए आगे बढ़ रहे थे ताकि दूसरे शिष्यों को पीड़ा न हो। गुरु जी ने पत्थर उठाने वाले शिष्यों से पत्थर देखने को कहा। वह असल में हीरे थे। गुरु जी ने उन शिष्यों को वह हीरे इनाम में दिए और कहा कि सबसे समृद्ध वही होता है जो इस भागम-भाग में भी दूसरों की सोचता है।

अपनी दौड़ दौड़िए लेकिन दूसरों के भले के बारे में भी जरूर सोचिए।

👉 महिला चेतना शिविर में भाग लेने के लिए अधिक से अधिक महिलाओं को प्रेरित करें। उन्हें सदस्य बनाएं। जीवन पच्चीसी के बिंदुओं को बार-बार पढ़ें और अमल में लाने का प्रयास करें।

विज्ञान समिति

अशोकनगर, रोड नं. 17, उदयपुर - 313001
फोन : (0294) 2413117, 2411650
Website : vigyansamitiudaipur.org
E-mail : samitivygan@gmail.com

संपादन-संकलन - श्रीमती रेणु भंडारी